

**PENGARUH *PEER EDUCATION* TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN
EFIKASI DIRI REMAJA PUTRI TENTANG PUBERTAS****Titi Legiati, Desi Hidayanti, Diyan Indrayani**

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bandung, Bandung, Indonesia

Email: titi.legiati@gmail.com**Abstrak**

Remaja yang tidak mempunyai pengetahuan cukup tentang pubertas akan menimbulkan rasa cemas, takut, malu, merasa lain, dan bingung. Peran teman sebaya cukup penting dalam mendiskusikan hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Pendidikan sebaya (*peer education*) merupakan bagian dari pendidikan kesehatan, strategi pendidikan yang diciptakan dan dilaksanakan oleh anggota kelompok tertentu untuk sesamanya. Tujuan penelitian ini adalah untuk pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan, sikap dan efikasi diri remaja putri tingkat SLTP tentang pubertas. Penelitian ini menggunakan desain *Quasy Experiment* dengan teknik *pre and post test design without control*. Kebaruan dari penelitian ini adalah dibentuknya terlebih dahulu kelompok *peer education* melalui pelatihan oleh peneliti, selanjutnya mereka memberikan edukasi kepada teman sebayanya mengenai pubertas. Populasi penelitian adalah semua remaja putri di MTsN 1 Kota Bandung. Sampel adalah remaja putri dengan kriteria inklusi yang sudah ditetapkan sebanyak 61 responden. Pengambilan sampel menggunakan multistage random sampling. Analisa data yang digunakan adalah uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *peer education* terhadap pengetahuan, sikap dan efikasi diri remaja putri tentang pubertas dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,5$). Disarankan *peer education* dapat dibentuk di setiap sekolah dan pelayanan kesehatan reproduksi remaja yang sudah ada di pelayanan kesehatan dasar dapat bekerjasama dengan pihak sekolah dalam memberikan informasi kesehatan reproduksi remaja melalui *peer education*.

Kata kunci : *Peer education*, efikasi diri, pengetahuan, sikap**Abstract**

The young woman who does not have enough knowledge about puberty will cause anxiety, fear, shame, feel different, and confused. The role of peers is important in discussing matters relating to reproductive health. Peer education is a part of health education, an educational strategy created and implemented by members of a particular group for others. The purpose of this study is to know the influence of peer education on knowledge, attitude, and self-efficacy of junior high school young woman about puberty. This research used Quasy Experiment design with pre and post-test design without control. The novelty of this study is the formation of peer education groups through training by researchers, then they educate their peers about puberty. The study population was all young women in MTsN 1 Kota Bandung. The sample was a young woman with inclusion criteria there was 61 respondent. Sampling used multistage random sampling. Data were analyzed with the Wilcoxon test. The results showed that there was influence between peer education on knowledge, attitude and self-efficacy of the young woman about puberty with p -value 0.000 ($p < 0,5$). Suggested peer education can be established in every school and reproductive health services of adolescents who already exist in basic health services can cooperate with the educational school in providing information on reproductive health adolescent through peer education.

Keywords: *Peer education, self-efficacy, knowledge, attitude***PENDAHULUAN**

Permasalahan yang terjadi pada remaja berkaitan dengan kompleksitas perubahan

fisik dan kejiwaan yang terjadi pada remaja putri, seperti menstruasi dan gangguan menstruasi, jerawat, masalah nutrisi (anemia

dan KEK), diet yang tidak seimbang yang erat kaitannya dengan perubahan gambaran diri remaja. Sikap yang ditunjukkan oleh remaja putri yaitu mereka merasa malu dengan perubahan yang terjadi seperti perubahan payudara, haid pertama, bertambahnya berat badan, adanya jerawat yang membuat mereka kurang percaya diri (Irawan, 2010). Sementara masalah yang terbanyak dialami remaja yang datang ke puskesmas adalah gangguan haid. Status gizi remaja masih rendah, hal ini berdasarkan Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi *stunting* pada remaja (13-15 tahun) sebesar 35,1%, sementara sebesar 24,2% wanita usia 15-49 mengalami KEK.

Pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi remaja masih sangat rendah. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia Remaja (SDKI-R) menyebutkan 13,3% remaja putri tidak tahu sama sekali mengenai perubahan fisiknya saat puber. Bahkan hampir separuh (47,9%) remaja putri tidak mengetahui waktu pubertas. Hasil survei RPJMN tahun 2010 menunjukkan remaja yang terpapar informasi PIK-Remaja (Pusat Informasi dan Konseling Remaja) hanya 28%. (BKKBN, 2012).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap tentang perubahan fisik masa pubertas memiliki hubungan yang bermakna dengan gambaran diri remaja, (Istiqomah, 2010). Remaja yang tidak mempunyai pengetahuan cukup atau informasi yang jelas tentang perubahan fisik

yang mereka alami kadang-kadang akan menimbulkan rasa cemas, takut, malu, merasa lain, dan bingung. Terlihat ketika remaja ini mengalami perubahan yang paling dasar yaitu perubahan fisik. Hasil penelitian Inayah (2014) mengatakan bahwa pengetahuan remaja putri masih rendah, yaitu remaja hanya mengetahui perubahan fisik yang terjadi saat pubertas adalah tinggi badan saja dan masih memiliki sikap yang negatif, yaitu remaja putri merasa takut, cemas dan malu saat menstruasi pertama kali.

Pengetahuan merupakan salah satu komponen dalam pembentukan sikap seseorang, dengan pengetahuan yang tidak memadai akan membuat remaja cenderung mengambil sikap yang salah. Demikian juga halnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, jika pengetahuan remaja tentang pubertas tidak memadai maka akan membuat remaja cenderung bersikap negatif tentang seksualitas (Ali&Asrori, 2009).

Penelitian Afghari (2008) mengatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku pada remaja putri usia 10-14 tahun setelah diberikan pendidikan kesehatan reproduksi. Penelitian Anggariksa (2013) mengatakan bahwa adanya adanya hubungan antara pengetahuan tentang kesehatan reproduksi terhadap sikap menghadapi sindrom premenstruasi pada remaja putri kelas X dan XI tingkat Menengah Atas.

Penelitian Benita (2012) mengatakan bahwa penyuluhan berpengaruh terhadap

tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi remaja siswa SMP. Pengetahuan bisa didapatkan melalui berbagai sarana, salah satunya adalah pendidikan. Pendidikan merupakan cara yang paling penting dan efektif untuk memperoleh pengetahuan termasuk tentang kesehatan reproduksi

Teman sebaya memiliki peran penting dalam kehidupan sosial dan perkembangan remaja. Informasi mengenai kesehatan reproduksi yang diperoleh melalui teman sebaya (*peer*) dapat mendorong remaja memiliki pengetahuan yang lebih baik. Berdasarkan hasil SDKI (2012) didapatkan bahwa wanita yang mendiskusikan tentang haid sebelum mereka mengalami haid yang pertama dengan teman sebanyak 53% dan pria yang mendiskusikan tentang pengalaman mimpi basah dengan teman sebanyak 48%.

Selain itu beberapa hasil penelitian menunjukkan hal yang senada diantaranya adalah pendidikan seksualitas remaja oleh pendidik sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang bahaya seks bebas. (Sriasih 2013).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran teman sebaya berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja (Maryatun, 2013). Peran teman sebaya positif berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah (Dannayanti, 2013). Hasil penelitian Suryati (2012) mengatakan bahwa teman sebaya yang mendukung mempunyai peluang 2,9 kali lebih besar mendukung

perilaku kebersihan pada saat menstruasi dibanding dengan teman sebaya yang tidak mendukung. Pendidikan sebaya juga dapat meningkatkan efikasi remaja, hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan efikasi diri remaja terhadap perilaku berisiko yang diberi konseling sebaya (Fathiyah, 2008).

Berdasarkan hal tersebut, peran teman sebaya cukup penting dalam mendiskusikan hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan, sikap dan efikasi diri remaja putri tentang pubertas.

BAHAN DAN METODE

Penelitian dilaksanakan di MTS Negeri 1 Kota Bandung pada tahun 2017. Populasi dalam penelitian adalah semua remaja putri di MTsN 1 Kota Bandung. Sampel berjumlah 61 orang. Cara pengambilan sampel dengan *multistage random sampling*. Kriteria inklusi yaitu remaja putri kelas 7 dan 8, remaja putri yang bersedia menjadi responden.

Penelitian ini menggunakan desain eksperimental semu (*quasi experimental research*) dengan teknik *pre and post test design without control* yaitu dengan memberikan *pre test* terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi, setelah itu diberikan intervensi kemudian dilakukan *post test* tanpa adanya control.

Prosedur penelitian dimulai setelah melakukan seleksi terhadap sampel sesuai

dengan kriteria inklusi, menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian kepada klien, meminta persetujuan responden melalui *informed consent*. *Peer education* dilaksanakan pada kegiatan keputrian yang dilakukan oleh *peer educator* yang sudah dilatih, kemudian dibagi ke dalam 6 kelompok. Kegiatan *Peer education* dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan selama 100 menit, terdiri dari 3 topik yaitu pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikologis masa pubertas, menstruasi dan keputihan dan gizi remaja menggunakan metode ceramah dan diskusi.

Sebelum diberikan penyuluhan oleh teman sebaya (*peer education*) dilakukan penilaian terhadap pengetahuan, sikap dan efikasi responden tentang pubertas dengan menggunakan kuesioner (*pre test*) dan dilakukan penilaian kembali setelah diberikan topik penyuluhan seluruhnya menggunakan kuesioner yang sama (*post test*).

Pengolahan data pada penelitian ini yang meliputi: *editing*, *scoring*, pengujian normalitas data dan pengkodean. Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik responden yang diteliti. Analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan, sikap dan efikasi diri remaja tentang pubertas dengan menggunakan uji statistik *wilcoxon*. Nilai signifikansi atau terdapat perbedaan pengetahuan, sikap, efikasi diri antara sebelum dan sesudah perlakuan ditunjukkan jika nilai $p < 0,05$.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik responden

No	Usia	f	%
1	9 tahun – 11 tahun	0	0
2	12 tahun – 15 tahun	61	100
	Total	61	100
Kelas		f	%
1	Kelas 7	21	34,4
2	Kelas 8	40	65,6
	Total	61	100
Status Menstruasi		F	%
1	Belum	6	9,8
2	Sudah	55	90,2
	Total	61	100
Usia Menstruasi		F	%
1	9 tahun – 11 tahun	9	16,4
2	12 tahun – 15 tahun	46	83,6
	Total	55	100
Paparan Informasi		f	%
1	Media massa	1	1,6
2	Guru	11	18,1
3	Orang tua	10	16,4
4	Teman	38	62,3
5	Tenaga kesehatan	1	1,6
	Total	61	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan semua responden masuk ke dalam kelompok usia 12 – 15 tahun (100%) dan sebagian besar berada di kelas 8 (65,6%). Sebagian besar responden sudah mengalami menstruasi dengan usia menstruasi sekitar 12-15 tahun (83,6%). Sedangkan untuk paparan informasi tentang kesehatan reproduksi sebagian besar responden diperoleh dari temannya (62,3%).

Tabel 2 Pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan responden tentang pubertas

Pengetahuan	n	Median (minimum- maksimum)	Rerata±s.b	P
Sebelum pendidikan kesehatan oleh <i>peer educator</i>	61	76 (60 -88)	75,77±6,35	0,000
Setelah pendidikan kesehatan oleh <i>peer educator</i>	61	82 (74-96)	83,25±5,10	

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa uji statistik nilai $p=0,000$, berarti pada alpha 5% terlihat ada pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan responden tentang pubertas. Berdasarkan tabel 4.2 terlihat terdapat perbedaan rerata pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan oleh *peer educator*.

Tabel 3 Pengaruh *peer education* terhadap Sikap responden tentang pubertas

Sikap	n	Median (minimum- maksimum)	Rerata±s.b	P
Sebelum pendidikan kesehatan oleh <i>peer educator</i>	61	71 (57 -89)	71,97±6,07	0,000
Setelah pendidikan kesehatan oleh <i>peer educator</i>	61	78 (66-95)	77,23±6,42	

Dari tabel 3 menunjukkan bahwa uji statistik nilai $p=0,000$, berarti pada alpha 5% terlihat ada pengaruh *peer education* terhadap sikap responden tentang pubertas. Berdasarkan tabel 4.3 terlihat terdapat perbedaan rerata sikap responden sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan oleh *peer educator*.

Tabel 4 Pengaruh *peer education* terhadap Efikasi Diri remaja tentang pubertas

Efikasi	n	Median (minimum- maksimum)	Rerata±s.b	P
Sebelum pendidikan kesehatan oleh <i>peer educator</i>	61	78 (65 -93)	77,62±5,58	0,000
Setelah pendidikan kesehatan oleh <i>peer educator</i>	61	82 (74-96)	83,25±5,10	

Setelah pendidikan kesehatan oleh <i>peer educator</i>	61	80 (74-94)	80,55±5,17	
--	----	------------	------------	--

Dari tabel 4 menunjukkan bahwa uji statistik nilai $p=0,000$, berarti pada alpha 5% terlihat ada pengaruh antara *peer educator* terhadap efikasi responden tentang pubertas. Berdasarkan tabel di atas terlihat terdapat perbedaan rerata efikasi responden sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan oleh *peer educator*.

Penelitian ini melibatkan 61 responden dengan melihat beberapa karakteristik dari responden. Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden adalah berusia 12-15 tahun (65,6%) dan berada di kelas 8 (65,6%) dan sebagian besar responden sudah mengalami menstruasi dengan usia menstruasi sekitar 12-15 tahun (83,6%). Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan Sirait (2014) kepada siswi SMA di Medan pada tahun 2014, dari 128 responden, usia menarche terbanyak pada usia 13-14 tahun (51,6%). *Menarche* pada umumnya dialami remaja putri pada usia 13 – 14 tahun, namun pada beberapa kasus dapat terjadi pada usia di bawah sama dengan 12 tahun yang biasa disebut *menarche* dini. Responden pada penelitian ini sebagian besar memperoleh paparan informasi tentang kesehatan reproduksi dari temannya (62,3%). Hal ini sesuai dengan data SKRRI tahun 2007, bahwa remaja cenderung memperoleh informasi kesehatan reproduksi melalui teman sebayanya, dimana sebesar 44,3%

remaja perempuan dan 46,9% remaja laki-laki menjadikan temannya sebagai sumber informasi mengenai perubahan fisik saat pubertas (Ismiyatno, 2013). Selain itu, sebesar 69,3% remaja perempuan lebih suka curhat tentang kesehatan reproduksi dengan temannya dibandingkan dengan orang tua dan guru. Begitu besarnya pengaruh teman sebaya terhadap remaja mengenai informasi-informasi yang mereka peroleh sehingga mereka akan dengan mudah sekali bertukar informasi dan pengetahuan tentang apapun kepada teman sebayanya, termasuk informasi mengenai pubertas.

Apabila pengetahuan teman sebaya tentang pubertas bersifat positif, maka informasi yang disampaikan kepada teman sebayanya akan memberikan dampak positif juga, baik terhadap pengetahuan, sikap, efikasi diri dan akhirnya mempengaruhi perilaku remaja dalam menghadapi masalah seputar pubertas. Pemberdayaan remaja melalui pendidikan bagi *peer educator* penting dilakukan agar hak-hak kesehatan reproduksi mereka dapat terlindungi dan mereka dapat berperilaku yang positif, serta dapat mengambil keputusan yang tepat terutama terkait dengan masalah kesehatan reproduksi (Andrews, 2009).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program *peer education* berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan efikasi diri remaja putri tentang pubertas. Tabel 2

menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna pengetahuan responden tentang pubertas antara sebelum dengan sesudah diberikan *peer education* ($p < 0,05$). Informasi pubertas yang disampaikan oleh *peer educator* kepada responden dalam penelitian ini yaitu tentang perubahan masa pubertas meliputi perubahan fisik dan psikis, organ reproduksi perempuan, nutrisi pada masa pubertas, permasalahan masa pubertas serta cara mengatasinya. *Peer educator* dalam menyampaikan materinya dilengkapi dengan lembar balik kesehatan reproduksi pada masa pubertas sebagai pegangan bagi *peer educator* dalam menjalankan perannya.

Penelitian Afghari (2008) mengatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku pada remaja putri usia 10-14 tahun setelah diberikan pendidikan kesehatan reproduksi. Pengetahuan merupakan salah satu komponen dalam pembentukan sikap seseorang, dengan pengetahuan yang tidak memadai akan membuat remaja cenderung mengambil sikap yang salah. Demikian juga halnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, jika pengetahuan remaja tentang pubertas tidak memadai maka akan membuat remaja cenderung bersikap negatif tentang seksualitas (Ali&Asrori, 2009).

Hasil penelitian Sriasih (2013) mengatakan bahwa pendidikan seksualitas remaja oleh pendidik sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang bahaya seks

bebas. Suryati (2012) mengatakan bahwa teman sebaya yang mendukung mempunyai peluang 2,9 kali lebih besar mendukung perilaku kebersihan pada saat menstruasi dibanding dengan teman sebaya yang tidak mendukung. Hasil penelitian Maryatun di SMA Muhammadiyah 3 Surakarta (2013) mengatakan bahwa peran teman sebaya berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja. Hasil penelitian Dannayanti di Kota Bukittinggi (2011) mengatakan bahwa peran teman sebaya positif berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah.

Teman sebaya memiliki peran penting dalam kehidupan sosial dan perkembangan remaja. Informasi mengenai kesehatan reproduksi yang diperoleh melalui teman sebaya (*peer*) dapat mendorong remaja memiliki pengetahuan yang lebih baik. Hal ini menunjukkan hasil dari karakteristik responden, dimana teman sebaya menjadi sumber informasi terbanyak pada penelitian ini. Berdasarkan hasil SDKI (2012) didapatkan bahwa wanita yang mendiskusikan tentang haid sebelum mereka mengalami haid yang pertama dengan teman sebanyak 53%. Selain itu beberapa hasil penelitian menunjukkan hal yang senada diantaranya adalah pendidikan seksualitas remaja oleh pendidik sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang bahaya seks bebas (Sriasih 2013). Hasil penelitian ini menunjukkan program *peer education* mempunyai pengaruh terhadap

sikap remaja tentang pubertas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna sikap remaja tentang pubertas antara sebelum dengan sesudah diberikan *peer education* ($p < 0,05$). Sikap adalah respons tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang-tidak senang, setuju-tidak setuju, baik-tidak baik). Sikap seseorang ditunjang oleh pengetahuan atau pandangan seseorang dalam mempersepsikan objek sikap. Sikap positif ditunjukkan dengan menjadi bangga atau toleran dengan tubuhnya sendiri, mempergunakan dan melindungi tubuh sendiri secara efektif disertai dengan rasa kepuasan personal, percaya diri. Sikap negatif ditunjukan dengan tidak percaya diri, malu-malu, ragu-ragu dalam mengambil tindakan, takut dan cemas. Sikap belum terwujud dalam tindakan, untuk terwujud tindakan perlu faktor lain seperti fasilitas atau sarana prasarana.

Pada penelitian ini program *peer education* merupakan sarana untuk memberikan informasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang pubertas. Pengetahuan merupakan salah satu komponen dalam pembentukan sikap seseorang, dengan pengetahuan yang tidak memadai akan membuat remaja cenderung mengambil sikap yang salah. Demikian juga halnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, jika pengetahuan remaja

tentang pubertas tidak memadai maka akan membuat remaja cenderung bersikap negatif tentang seksualitas (Ali, 2009).

Sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi terjadi dalam situasi yang melibatkan situasi emosional. (Ali, 2009). Pengalaman remaja baik itu melihat, mengalami, mendengar orang lain akan membuat remaja berpikir untuk mengetahui dan membuat remaja berpikir untuk mengubah sikap. Orang lain disekitar ikut mempengaruhi sikap seseorang dalam hal ini remaja lebih dekat dengan teman sebayanya. Sikap teman dalam menghadapi sesuatu yang terjadi dapat pula mempengaruhi sikap apa yang akan remaja tersebut lakukan. (Ali, 2009).

Program *peer education* yang telah dilaksanakan dalam penelitian ini mempunyai peranan yang cukup berarti dalam meningkatkan efikasi diri remaja. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna rata-rata efikasi diri remaja antara sebelum dengan sesudah pemberian *peer education* tentang pubertas ($p < 0,05$). Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk melaksanakan perilaku tertentu. Proses terbentuknya efikasi diri dipengaruhi oleh pengetahuan. Tindakan yang dilakukan seseorang yang berasal dari pikirannya, kemudian hasil berpikir tersebut memberi arahan terhadap tindakan yang dilakukan. (Rahayuningsih, 2014)

Program *peer education* efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku. (Medley et al., 2009).

Pada penelitian ini pelaksanaan *peer education* dilakukan oleh *peer educator* yaitu sebaya yang sudah dilatih untuk memberikan topik pubertas. Kegiatan sebaya dipandang sangat efektif dalam rangka KIE peningkatan perilaku kesehatan reproduksi yang baik, karena penjelasan yang diberikan oleh seseorang dari kalangannya sendiri akan lebih mudah dipahami. Selain mendapat informasi juga dapat melihat atau mencontoh perilaku dari teman sebayanya dalam menghadapi masalah. Seseorang akan merasa yakin atas kemampuannya karena adanya pengalaman yang berkaitan dengan sebuah perilaku atau merasa yakin berdasarkan observasi yang dilakukan pada orang lain. (Amelia, 2014)

Program *peer education* menjadi salah satu sumber efikasi diri remaja. Program *peer education* memberikan informasi-informasi yang dapat membantu para remaja untuk meningkatkan pengetahuan-pengetahuan yang diperlukan seseorang, dalam hal ini adalah tentang pubertas dan permasalahannya. Dengan demikian *peer education* menjadi salah satu wadah sumber informasi bagi remaja. (*mastery experience*). Selain itu strategi *peer education* yang dikemas dengan pemberian informasi oleh sebaya, bertukar pengalaman dalam bahasa yang sama, situasi santai dan akrab, hal ini akan mendorong para remaja untuk menyampaikan masalah-masalah yang

dihadapinya berdiskusi bertukar pengalaman, meniru orang lain dalam menyelesaikan masalah sehingga memberi keyakinan akan kemampuan individu, dalam teori bandura hal ini disebut dengan *vicarious experiences*. Pengalaman dari orang lain sangat membantu seseorang dalam meyakini kemampuan diri, *peer education* merupakan sarana untuk bertukar pengalaman antar sebaya cukup efektif. Persuasi sosial (*social persuasion*) adalah cara ketiga memperkuat keyakinan remaja bahwa mereka memiliki apa yang diperlukan untuk berhasil. Adanya dukungan dari sebaya bahwa mereka memiliki kemampuan untuk melewati pubertas dan menguasai perubahan dan masalah saat pubertas. Kegiatan *peer education* sangat bermanfaat daripada jika para remaja hanya memikirkan kekurangan pribadi dan keraguan diri ketika masalah masa pubertas yang timbul. Sebaya bisa menegaskan kembali kemampuan remaja dalam menghadapi pubertas. Dukungan sosial dan umpan balik positif tentang kinerja sebagai remaja, berhubungan dengan peningkatan kepercayaan diri remaja. Upaya peningkatan efikasi remaja dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikologis dengan meningkatkan dukungan sosial yang signifikan yang diberikan oleh orang lain.

Pemberi informasi kesehatan yang berasal dari teman sebaya akan lebih efektif, karena komunikasi yang dilakukan dapat lebih terbuka dan lebih mudah dibandingkan dengan orang tua dan guru. Program *peer*

education yang dilakukan oleh teman sebayanya di sekolah diharapkan dapat memberikan dampak yang lebih baik, karena apabila *peer educator* tidak dapat memahami masalah yang dialami oleh temannya, maka *peer educator* dapat berkonsultasi dengan pihak guru.

Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa peran teman sebaya cukup penting dalam mendiskusikan hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Pendidik sebaya atau *peer educator* dapat memberikan informasi yang benar berkaitan dengan kesehatan reproduksi kepada teman sebaya remaja lainnya, sehingga diharapkan remaja memiliki sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab mengenai proses reproduksi.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah peneliti tidak menggunakan kelompok kontrol sebagai kelompok pembandingan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat dibuat kesimpulan bahwa Pelaksanaan *peer education* dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan efikasi diri remaja putri tentang pubertas. Saran pada penelitian ini adalah diharapkan .Saran dari penelitian ini diharapkan *peer education* dapat dibentuk di setiap sekolah dan pelayanan kesehatan reproduksi remaja yang sudah ada di pelayanan kesehatan dasar dapat bekerjasama dengan pihak sekolah

dalam memberikan informasi kesehatan reproduksi remaja melalui *peer education*.

Yogyakarta.Yogyakarta(tersedia di www.staff.uny.ac.id diakses tanggal 28 Februari 2017)

DAFTAR PUSTAKA

- Afghari. 2008. Effect Puberty Health Education on 10-14 years Old Girls Knowledge,Attitude and Behavior.Irianian Journal of Nursing and Midwifery Research Vo.13.No.1. (tersedia di www.ijnmr.mui.ac.ir diakses tanggal 4 Desember 2015)
- Ali, M & Asrori, M. 2009.Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik). Bumi Aksara. Jakarta.
- Amelia, C. R. 2014. Pendidikan Sebaya meningkatkan pengetahuan sindrom pramenstruasi pada remaja. *Jurnal Kedokteran Barawijaya*, 28, 152-154.
- Anggariksa Dita. 2013.Hubungan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi terhadap sikap menghadapi sindrom premenstruasi pada remaja putri kelas X dan XI di MAN 2 2013. Biomedika, Volume 5, Nomor 2,.Universitas Muhammadiyah Surakarta. (tersedia di www.journals.ums.ac.id diakses tanggal 4 Desember 2015)
- Benita Rena N. 2012. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat pengetahuan Kesehatan reproduksi pada remaja siswa SMP Kristen Gergaji.Universitas Diponegoro (tersedia di www.eprints.undip.ac.id diakses tanggal 28 November 2015)
- Dannayanti dkk. 2011.Peran Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Siswa SLTA Kota Bukittinggi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas* Volume 6 No 1. (tersedia di www.jurnal.fkm.unand.ac.id tanggal 9 Februari 2016)
- Fathiyah dan Harahap. 2008. Konseling Sebaya untuk meningkatkan Efikasi Diri remaja terhadap Perilaku Berisiko.Universitas Negeri Yogyakarta.Yogyakarta(tersedia di www.staff.uny.ac.id diakses tanggal 28 Februari 2017)
- Inayah Nina S. 2014.Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas Di Pondok Pesantren AL-BAQIYATUSSHOLIHAT..Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta (tersedia di www.repository.uinjkt.ac.id diakses tanggal 28 November 2015)
- Irawan D. 2010.Hubungan Antara Pengetahuan tentang perubahan fisik Pada Pubertas dengan Citra Tubuh Remaja Putri di SMP Nasima Semarang..Universitas Muhammadiyah Semarang(tersedia di www.digilib.unimus.ac.id diakses tanggal 4 Desember 2015).
- Istiqomah. 2010. Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas dengan Gambaran diri Remaja Putra di SLTP Negeri 29 Semarang..Universitas Muhammadiyah Semarang.(tersedia di www.digilib.unimus.ac.id diakses tanggal 4 Desember 2015)
- Maryatun. 2013. Peran Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja di SMA Muhammadiyah 3 Surakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan* Volume 10 No 1 2013(tersedia di www.jurnal.stikes-aisyiyah.ac.id diakses tanggal 9 Februari 2016)
- Rahayuningsih, F. B. Hubungan Pelatihan Persiapan Masa Nifas Dengan Efikasi Diri Ibu Nifas Di Kabupaten Sragen Jawa Tengah. *Prosiding Seminar Nasional & Internasional*, 2014.
- Sirait, Deby., S.O, 2014. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Siswi SMA Negeri 2 Medan. Departemen Epidemiologi FKM USU.

- Sriasih NGK dkk. 2013. Pengaruh Pendidikan Seksualitas Remaja oleh Pendidik Sebaya terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Bahaya Seks Bebas di SMAN 2 Denpasar. Jurnal Skala Husada Volume 10 No 1 April 2013 (tersedia di www.poltekkes-denpasar.ac.id diakses tanggal 8 Februari 2016)
- Suryati. 2012. Perilaku Kebersihan Remaja saat Menstruasi. Jurnal Health Quality Volume 3 No 1 2012. (tersedia di www.poltekkesjakarta1.ac.id tanggal 9 Februari 2016)